



UNIVERSIDAD DEL SALVADOR

Facultad de Ciencias Sociales

Escuela de Sociología

Tesis de Licenciatura

*“De lo light al derecho al derrape: prácticas alimentarias y representaciones
del cuerpo en jóvenes universitarios de clase media-alta.”*

Lucila De Simone

Profesora consejera: María de las Nieves Puglia

Buenos Aires, septiembre 2018



Resumen

En el presente trabajo se pretende analizar la relación entre las prácticas alimentarias y las representaciones del cuerpo de los jóvenes universitarios de clase media-alta residentes en la Ciudad de Buenos Aires. Se han considerado 3 ejes centrales de análisis para dar respuesta a mi objetivo: conocer los sistemas de clasificación de la comida, la organización en torno a la comensalidad y los motivos de elección de dichos alimentos anclados en las representaciones sobre el cuerpo que sostienen los jóvenes de clase media-alta en la Argentina contemporánea. Se tendrá en cuenta la distinción por género como uno de los atributos de principal incidencia en la conformación de representaciones corporales y las prácticas alimentarias.

La elección de lo que comemos no es biológica, sino que es una construcción social. Sin embargo, creemos que comemos por gusto propio, sin tener en cuenta que estas decisiones no son naturales ni puramente nuestras. El modo en que comemos, la comensalidad y los tiempos que le dedicamos a la comida, se encuentran condicionados por la organización capitalista contemporánea del trabajo. Ya no hay una única norma acerca del “buen comer”, sino que hay demasiadas opciones, nos encontramos en una sociedad donde podemos comer barato para ahorrar, sano para cuidarnos, rico para disfrutar y rápido para no perder tiempo.

De esta manera, entendemos la alimentación como un símbolo de distinción social y como un medio para la construcción del cuerpo. Cada clase social tiene una propia representación sobre el cuerpo ideal y en función de ello no come cualquier cosa, sino los alimentos que ayuden a acercarse a su cuerpo ideal. Me propongo abordar, desde la mirada sociológica, los ejes destacados anteriormente a partir de entrevistas realizadas con jóvenes universitarios de clase media, para conocer la relación entre sus prácticas alimentarias y sus representaciones del cuerpo.

Palabras Clave: alimentación; cuerpo; salud; representación; jóvenes; clase; género.

Keywords: alimentation; body; health; representation; youth; class; gender.



Índice

Introducción	3
---------------------------	----------

Parte I: Campo Teórico- Metodológico

Capítulo 1: Campo teórico	8
----------------------------------------	----------

1.1	Estado del arte	8
1.1.1	Inicios de la sociología de la alimentación	8
1.1.2	Estudios con temáticas similares	11
1.2	Problema de investigación	17
1.2.1	Hipótesis	19
1.2.2	Objetivos	19
1.3	Marco teórico	20
1.3.1	Crisis de comensalidad	20
1.3.2	Construcción social del gusto	23
1.3.3	Cuerpos medicalizados	25
1.3.4	Representación social y materialidad	27
1.3.5	Cuerpo de clase	29
1.3.6	Cuerpo de género	31

Capítulo 2: Campo metodológico	33
---------------------------------------------	-----------

2.1	Metodología	33
-----	-------------------	----

Parte II: Análisis de Datos

Capítulo 3: ¿Qué comen los jóvenes? Construcción del gusto y sistemas de clasificación de la comida	37
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------

3.1	Transmisión generacional del gusto	38
3.2	Saberes alimentarios hegemónicos	41
3.3	Consumidores conscientes	43
3.4	Sistemas de clasificación de la comida	46



3.4.1	Alimentos sanos y no sanos.....	48
3.4.2	Alimentos light y clásicos	52
3.4.3	Alimentos fritos y al horno	54
Capítulo 4: ¿Cómo comen los jóvenes? La organización alimentaria moderna y posmoderna.....		57
4.1	Organización alimentaria en torno a la comensalidad	59
4.1.1	Desayuno y merienda	63
4.1.2	Almuerzo y cena.....	65
4.2	Influencia del grupo en la elección del plato	68
4.3	El derecho a comer mal	72
Capítulo 5: ¿Por qué comen lo que comen? Reflexiones en torno a la belleza y la salud		76
5.1	Representación social de la alimentación	77
5.2	El valor del cuerpo objeto.....	80
5.3	En busca del cuerpo ideal	83
5.4	Consumir belleza para obtener salud	91
6. Conclusión.....		95
7. Bibliografía.....		101

Cuadros

Cuadro 1	Frecuencia de consumo alimentario.....	47
Cuadro 2	Representaciones del cuerpo femenino.....	85
Cuadro 3	Representaciones del cuerpo masculino.....	86



Introducción

Recientemente la sociología ha mostrado interés por el estudio de la alimentación. Si bien desde hace tiempo, el acto alimentario es entendido como un fenómeno social, últimamente ha tomado relevancia científica y se ha constituido como campo de estudio. Dicho reconocimiento de la alimentación como área de estudio de la Sociología, tiene sus inicios en la teoría Durkheimiana, que reconoce que algunas prácticas relacionadas con la alimentación pueden ser consideradas hechos sociales (Durkheim, 1986).

Si bien el principal fin de comer es incorporar nutrientes a nuestro cuerpo, no podemos reducir las prácticas alimenticias únicamente al acto de nutrarnos, esto nos llevaría a naturalizar el acto de comer y a caer en un ocultamiento de los factores que lo conforman: sociales, culturales, históricos, económicos y políticos. Por un lado, los factores sociales son los que influyen a la hora de elegir qué comemos, a los alimentos les asignamos ciertos valores construidos intersubjetivamente, que establecen distinciones según la posibilidad de acceso. Por otro lado, los aspectos culturales comprenden los factores que le dan significado y simbolismo a los alimentos, es decir son aquellos componentes que hacen que ciertas preparaciones y alimentos tengan símbolos compartidos y consumidos por grupos de distintas clases (Aguirre, 2016).

Por lo tanto, decimos que el acto de alimentarse es una función biológica vital, pero también es una función social esencial. Por lo tanto, el ser humano biológico y el ser humano social están relacionándose permanentemente. Claude Fischler indica que las facetas de la alimentación se componen de dos dimensiones. La primera dimensión se extiende de lo biológico a lo cultural, de la función nutritiva a la función simbólica y la segunda de lo individual a lo colectivo, de lo psicológico a lo social (Fischler, 1995).

Desde una óptica sociológica, observamos que los estudios correspondientes al área de la alimentación se centran hoy en analizar cuáles son los cambios del comportamiento en el consumo de alimentos dentro de lo que se conoce como “*modernidad alimentaria*”. Al hablar de modernidad alimentaria nos referimos a un proceso de modernización social en el cual hay una relación entre los cambios alimentarios y los cambios sociales perceptibles en nuestra actualidad.



Las civilizaciones pasadas se alimentaban basándose en la cultura atávica (obtener alimentos del entorno que lo rodea). Con la llegada de la Revolución Industrial la forma de alimentarse comienza a cambiar. Por lo tanto, esta sociedad industrializada comienza a ofrecer una amplia variedad de menús para elegir, donde se puede encontrar fácilmente los alimentos que queremos incorporar a nuestra dieta dependiendo de las circunstancias económicas y sociales que acontecen. De esta manera, los estilos de vida y las decisiones en torno a la alimentación, se han ido adaptando y modificando en función de la sociedad capitalista moderna.

Por lo tanto, nos encontramos en un contexto en el que varios esquemas alternativos de alimento son ofrecidos para estructurar las elecciones y los modelos de comida. Este pluralismo es producto de procesos que dieron paso al sistema alimentario moderno producto de la industrialización, la distribución y la globalización de los suministros alimentarios. Recuperando lo analizado por Arnaiz (2005) se trata de una sociedad que combina todo: el particularismo cultural y la globalización alimentaria, una sociedad de afluencia y a la vez una sociedad que aumenta la desigualdad en el acceso y la distribución alimentaria

Retomando lo dicho anteriormente, es importante destacar que el discurso biológico ha coexistido con otros discursos que trascienden la relación funcional entre cuerpo y alimentación, como por ejemplo las significaciones sociales de la alimentación. Hoy en día uno de los más representativos, es el referido a la significación de la alimentación como un medio a partir del cual el cuerpo puede enfrentar las exigencias sociales, cumplir con la idea colectiva de belleza, cuyo rasgo central es la delgadez. De esta forma se conecta la alimentación y la imagen corporal.

Las diferencias sociales, los avances tecnológicos, el crecimiento de la industria alimenticia son factores que se encuentran constantemente influenciados por mecanismos externos, como los medios de comunicación que se encargan de manera constante de propagar y normativizar nuevas tendencias e ideas sobre el cuerpo, las prácticas y nuevos modelos alimentarios. La idealización del cuerpo bello no ha sido siempre la misma, a lo largo del tiempo se ha ido modificando bajo los diferentes criterios que socialmente se compartían a cerca de la estética corporal. Actualmente prima la idea de un cuerpo como figura esbelta, delgada y tonificada, es en este punto donde nos interesa indagar la relación entre las prácticas



alimentarias y las representaciones sobre el cuerpo. Existe una preocupación constante por la estética corporal, afectando principalmente a los jóvenes, quienes son permeables a los cambios alimentarios que se producen en la actualidad.

Me propongo indagar cómo se relacionan las prácticas alimentarias y las representaciones de cuerpo de los jóvenes universitarios de Ciudad de Buenos Aires de clase media-alta. La hipótesis central de la presente investigación supone que la elección de consumo de ciertos alimentos se basa en la construcción de un cuerpo sano y bello que represente el cuerpo de clase, teniendo en cuenta la diferencia entre el ideal de cuerpo femenino y masculino. La metodología empleada para llevar a cabo la investigación es de carácter cualitativo. La recolección de datos se realizó mediante entrevistas semi-estructuradas, con la intención de relevar datos que consideramos centrales para la investigación y dar la posibilidad de que surjan nuevos interrogantes en el proceso de entrevistas.

La presente investigación se divide en dos partes: la parte I contiene el estado del arte, el marco teórico, el problema de investigación, la hipótesis y la metodología empleada. La parte II contiene el análisis de los datos dividido en tres capítulos que buscan dar respuesta a tres preguntas: 1) ¿qué comen los jóvenes?, 2) ¿cómo comen los jóvenes? y 3) ¿por qué comen lo que comen?

En el primer capítulo de análisis se comenzará por identificar el tipo de alimentación adoptado por los jóvenes universitarios de clase media-alta. Debido a que la alimentación es una construcción social, analizaremos los componentes de mayor influencia sobre la construcción de su alimentación que inciden en lo que efectivamente deciden comer. Luego, se identificarán cuáles son las principales clasificaciones y jerarquías de la alimentación de los jóvenes que sirven de organizadores para la selección sus comidas.

En el segundo capítulo de análisis se busca conocer cómo comen los jóvenes en función de un contexto marcado por la individualización y desrutinización de la comensalidad característico de la sociedad capitalista. En función de dicho objetivo, analizaremos la organización de la alimentación durante las diferentes comidas diarias y cómo se modifican las formas de comer en función de los diferentes escenarios posibles: comer solo o en grupo,



apurado o despacio, en casa o de camino al trabajo y demás situaciones que indiquen en las formas de comer.

En el tercer y último capítulo de análisis tiene por objetivo analizar el significado social de la alimentación para los jóvenes y su relación con el cuerpo ideal de clase, en función de identificar cuáles son los ideales que influyen en la selección del plato de comida. Tendremos en cuenta para este capítulo, la distinción entre los ideales corporales masculinos y femeninos, entendiéndolo como un atributo de incidencia en las representaciones del cuerpo y en su alimentación.

Desde diversas ciencias como la psicología, la medicina, la biología, y la nutrición se ha estudiado el tema de la alimentación y los diferentes factores que influyen a la hora de comer. La reciente relevancia de la sociología de la alimentación en el ámbito académico hace que la producción sobre el tema aún sea escasa. La investigación que me propongo desarrollar puede aportar al conocimiento actual de los estudios sociológicos sobre la alimentación y servir de base para desarrollar futuras investigaciones. A los estudios actuales en torno a la alimentación, el cuerpo y la clase social, propongo incorporar la distinción por género como una variable de central relevancia para comprender la relación entre las prácticas alimentarias y las representaciones del cuerpo.

USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR

Lucila De Simone

De lo light al derecho al derrape: prácticas alimentarias y representaciones del cuerpo en jóvenes universitarios de clase media-alta.



Parte I: Campo teórico – Metodológico



USAL
UNIVERSIDAD
DEL SALVADOR



Capítulo 1: Campo teórico

1.1 Estado del arte

1.1.1 Inicios de la sociología de la alimentación

La sociología de la alimentación es un área reciente que en el último tiempo ha cobrado relevancia científica como área de estudio. La comida y los estudios en torno a la alimentación no habían sido considerados por la sociología como objeto de estudio, resaltando un retraso desde la disciplina en el tema. Los autores Cecilia Díaz Méndez y Cristóbal Gómez Benito (2005) en su libro *“Sociología y alimentación”*, retoman diversos autores que explican el retraso con el que la sociología ha abordado el fenómeno alimentario. Algunas de las justificaciones al retraso se basan en: 1) el carácter biológico de la alimentación, 2) la cotidianeidad de la alimentación en la vida social como un hecho dado, 3) la centralidad del estudio sociológico orientado a la sociedad industrial y, por último, 4) el problema del hambre en las sociedades occidentales desarrolladas. La antropología fue la disciplina que comenzó el debate entre la distinción biológica y cultural del acto alimentario. El momento en que el hombre manipula la comida, pasando de estado crudo a cocido, afirma el carácter cultural de la alimentación. De este modo, entendemos las prácticas alimentarias no sólo como hábitos, sino como prácticas con una dimensión imaginaria, simbólica, social y colectiva.

Existen dos momentos en la historia social de la alimentación: un primer momento de poco interés de la sociología, que comienza con el nacimiento de la disciplina sociológica hasta los 60'. Un segundo momento, a partir de 1964 con los inicios de Levi-Straus pensando en la cocina de una sociedad como reflejo de su estructura social y, en 1998 con Bourdieu, pensando la estructuración social del gusto como signo de distinción, tomando como punto de análisis, entre otros factores de distinción social, la alimentación. El interés de la sociología en este campo ha aumentado, debido a la relevancia que comienza a tener la problemática de la nutrición a nivel mundial (Díaz Méndez y Gómez Benito, 2005). De los primeros estudios en torno a una socio-antropología de la alimentación, se resaltan los análisis de Veblen y Simmel. Para Veblen la comida y las formas de ofrecerla y presentarla, forman parte de lo que